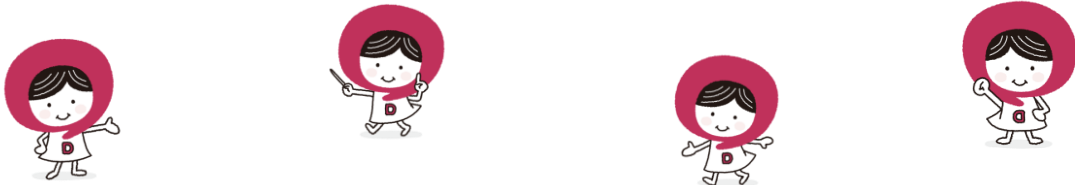




インフルエンザの季節となりました。インフルエンザウイルスは、普通の風邪と違って、突然の高熱、咳嗽、頭痛、筋肉痛、関節痛、強い倦怠感、咽頭痛、鼻汁などの症状が出ます。ほとんどの人は、何もしなくても、1週間以内に発熱や症状は回復しますが、場合によっては2週間程度続くことがあります。リスクの高い人は、治りが悪く、さらに悪化し、命にかかわることになることもあります。学生のみなさんは、定期テストや公式試合時に、インフルエンザに罹患すると出席停止(学校保健安全法施行規則第19条)となります。まずは、インフルエンザに罹患しない、そして、周りの人にも感染を広げないように予防することが大切です。



☆インフルエンザワクチン接種をしましょう！



インフルエンザ予防の最強は、ワクチン接種です！ 毎年、インフルエンザワクチンの種類は、WHO(世界保健機構)の流行予想を基に、A型株シンガポール2種類、B型株プーケット、メーランド2種類の抗原の混合から作成されます。接種時期は、11-12月から始まります。ワクチン接種をすることにより、身体に抗体ができ、罹患しにくくなります。成人(15才以上)は、1回接種です。ワクチン接種の有無での罹患率は、接種有のほうが断然低いですし、罹患しても症状が軽くなることが多いです。



☆なぜ大学で感染するのか？



学校で、なぜ感染しやすいのかといえば、自身の体調、免疫が原因の場合もありますが、授業などで学生同士が1m以上離れての過ごすことが難しいと考えられるからです。1m以上離れて過ごすようすること、咳エチケットの徹底(マスク着用、咳やくしゃみ時には、をティッシュで覆い塞ぎ、ティッシュを蓋ゴミ箱に捨てる。手が汚れるので手を洗う)することで感染を予防できます。

☆ インフルエンザに罹患したら？

インフルエンザに感染している人の咳やくしゃみの飛沫(ひまつ)を吸い込む(飛沫感染)、感染した人が触った直後の所を触り、そのまま目鼻口を触る(接触感染)ことによって、インフルエンザに罹患します。突然の高熱、悪寒、により、インフルエンザに罹った疑いがある場合、病院受診を勧めます。インフルエンザ感染迅速検査は、発熱後 12 時間経たないと、検査が陽性にならないことがあります。しかし、周りで、インフルエンザが大流行していたり、家族がインフルエンザに罹っていたり、症状(高熱・倦怠感等)がきつい場合等は、12 時間を待たずに病院受診しましょう。検査結果は出なくても、医師の判断により、予防的に抗インフルエンザ薬(タミフル・リレンザ・イナビル・ラピアクタ・新薬ゾフルーザ等)を使うこともできます。抗インフルエンザ薬は発熱後 48 時間を過ぎれば、効果が期待できなくなります。


☆ 登校について

インフルエンザ(鳥インフルエンザ(H5N1)を除く)は、第2種学校感染症に指定されており、出席停止の期間は「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児にあっては、3日)を経過するまで」となっています。ただし、病状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認めるときは、この限りではありません。(学校保健安全法施行規則第 19 条)

<出席までの日数の数え方>

「熱がさがって3日たつまで」とは？ 

日	月	火	水	木	金	土
	熱が 下がる	1 日目	2 日目	3 日目	出席 可能	

「発症してから5日たってから出席できる」とは？ 

木	金	土	日	月	火	水
発熱	← 発症後5日間 →					出席可能

下記で大阪府の現在の感染情報が分かります。

大阪府感染情報センター <http://www.iph.pref.osaka.jp/index.html>